

EINDE VAN LIJDEN

Engelse versie: *The end of suffering, Thich Nhat Hanh*

Music: [The Great Bell Chant | Plum Village](#)

Moge het geluid van deze bel diep in de wereld doordringen.
Zelfs op de meest duistere plekken kunnen levende wezens het duidelijk horen,
zodat al het lijden in hen eindigt,
er begrip is in hun harten
en zij het pad van lijden en dood overstijgen.

De universele dharma deur is al open.
Het geluid van het opkomend getij
wordt duidelijk gehoord.
Het wonder gebeurt.
In het hart van de lotusbloem
verschijnt een prachtig kind.
Eén enkele druppel van dit barmhartige water
is genoeg
om onze bergen en rivieren weer
een verkwikkend voorjaar te geven.

Terwijl ik naar de bel luister,
voel ik kwellingen in me oplossen.
Mijn geest kalmeert, mijn lichaam ontspant.
Mijn lippen krullen tot glimlach.
De galm van de bel volgend, brengt mijn adem me terug
naar het veilige eiland van aandacht.
Bloemen van vrede bloeien prachtig
in de tuin van mijn hart.



<https://www.aandacht.net/>

info@aandacht.net